

6/21(金)

三箇牧公民館

「これから私の不安を減らすヒント

- 講師 浅香山病院精神科院長 谷口典男さん
- 時間 午後2時～4時
- 定員 50名(申込順)
- 場所 2階大集会室
- 申込 三箇牧公民館 677-0965



7/5(金)

南大冠公民館

こころの健康増進法 ~私を知って考え方を変えてみよう~

- 講師 浅香山病院看護部精神看護専門看護師 富川順子さん
- 時間 午前10時～正午
- 定員 50名(申込順)
- 場所 2階大会議室
- 申込 南大冠公民館 673-1477

7/24(水)

五領公民館

身近な色彩で私を変えよう

- 講師 カラーリスト 桶村久美子さん
- 時間 午前10時～正午
- 定員 50名(申込順)
- 場所 2階大集会室
- 申込 五領公民館 669-6169

私のための
メンタルケア

無料

各講座とも、対象は高槻市内在住または通勤通学の方。

お申し込みは、5/27(月)午前9時より、お電話または直接各公民館の窓口まで。(受付時間:平日午前9時～午後5時15分)
保育有り(2歳～就学前、各回5人)。保育申込締切は、三箇牧6/13(木)、南大冠6/27(木)、五領7/16(火)まで。